Afrodisiaka na talíři

Erotická kuchařka

Svádění tou správnou CHUTÍ



Cena: 29,- Kč SR 1.15 EUR

NEJLEPŠÍ Inspirace pro lásku

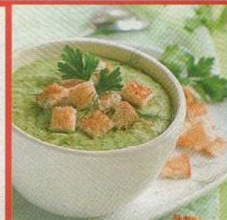
Čokoládové potěšení pro zamilované

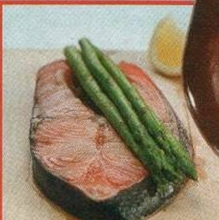


EXISTUJE EROTICKÉ KOŘENÍ?









NÁVODY na erotické pohoštění pro DVA

Přitažlivé speciality

Afrodisiaka na talíři

Erotická kuchařka

Svádění tou správnou CHUTÍ



Cena: 29,- Kč SR 1.15 EUR

NEJLEPŠÍ Inspirace pro lásku

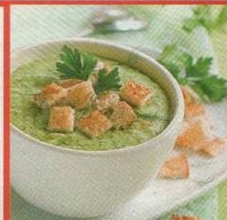
Čokoládové potěšení pro zamilované

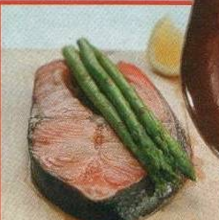


EXISTUJE EROTICKÉ KOŘENÍ?









NÁVODY na erotické pohoštění pro DVA

Přitažlivé speciality

Afrodisiaka v kuchyni

Každá příprava jídla je tak trochu čarování, trochu magie, ale současně pořádný kus umění. Vždyť jde o přeměnu mnoha ingrediencí v chutný pokrm! A taková kuchařka či kuchař dokáží vykouzlit nejen spokojenost strávníka, ale i mnohem více! Ne každá pochutina nám totiž poslouží jen k tomu, abychom zahnali hlad. Některé ingredience dokáží naopak něco přilákat, přivábit…A jsou i takové potraviny, které měly, a stále mají, v oblibě i skutečné čarodějnice a mágové. Stačí je jen správně a ve správnou chvíli použít. Obecně jim říkáme afrodisiaka a nemusíme pro ně chodit k babkám kořenářkám, a dokonce ani do lékárny, dnes nám k tomu stačí nákup v obchodě, anebo prostě návštěva vlastní zahrádky! A v čem spočívá jejich kouzlo? Přece v jejich účincích na náš organismus! Takže ono to zase taková magie není, ale přiznejme si – i bez těch kouzel chutnají báječně! A navíc dokáží odstranit únavu, prokrvit některé orgány v těle, zlepšují náladu, navozují pocit spokojenosti, štěstí… to všechno jsou vlastnosti, které nás příjemně naladí a mohou být více než příjemnou předehrou přímo kouzelných chvil. Stačí se jen zakousnout a vychutnat si jejich magickou moc!

Jedlé kaštany

Pečené kaštany jsou pochoutkou, kterou známe především ze starých filmů a vyprávění našich babiček. Kdysi se prodávaly, jak se říká, skoro na každém rohu. Postupně je vytlačily jiné pochoutky, a tak jejich obliba úplně zanikla. Ale… jak se zdá, jedlé kaštany čeká jejich renesance. V dnešní době se rádi obracíme na přírodní zdroje vitamínů, proteinů a dalších složek nepostradatelných pro naše zdraví. Jedlý kaštan je přímo zásobárnou mnoha takových nezbytných látek. A v neposlední řadě je také účinným afrodisiakem! Věděli to už i naši předkové a nejen díky tomu měli jedlé kaštany v oblibě. Používaly se dokonce na výrobu mouky a byly skvělým zdrojem výživy, například na dlouhé cesty, anebo na zimní období. Vyzkoušejte je také, určitě si na nich pochutnáte.



Tip: Kaštany můžeme oloupat či servírovat horké a neloupané. Každý si kaštan osolí a opepří podle chuti.

Pečené kaštany se solí a pepřem

400 g jedlých kaštanů, mletý pepř a sůl.

Pečení na pánvi:

Postupujeme stejně jako při pečení v troubě. Připravíme si pánev se silnějším dnem, na kterou kaštany rozložíme do jedné vrstvy, pokropíme trochou vody a zakryjeme poklicí. V průběhu pečení kaštany na pánvi přehazujeme (dopředu a dozadu). Opékáme je asi 5 – 10 minut. Když ztmavnou a krásně se rozvoní, jsou hotové.

Pečení v troubě:

Kaštany roztřídíme, očistíme a na vypouklé straně nařízneme slupku do kříže (hloubka 2 – 3 mm). Klademe je v jedné vrstvě na plech, řeznou stranou nahoru, a pečeme 10 – 15 minut v troubě rozehřáté na 200 °C. Když začnou praskat a tmavnout, jsou hotové.

Chřest

Přírodní elixír mládí

Tato zelenina pochází z Orientu, nejstarší dochované zprávy o ní jsou až 4500 let staré. Latinský název chřestu je asparágus. Chřest obsahuje řadu minerálních látek i důležitých vitamínů (např. vitamíny B, provitamín A, C, E), má léčivé, povzbuzující i regenerační účinky.
Najdeme jej na trhu ve třech podobách, a to jako chřest zelený, bílý nebo fialový. Chřest zelený má špičaté štíhlé výhonky, chřest bílý má výhonky pevnější zakončené dokulata a chřest fialový je podobný jako zelený, jen s malou chuťovou odlišností. Pokud si chřest ve své kuchyni dopřejeme, ideální je konzumovat ho zcela čerstvý, tedy nejlépe v den sklizně. Čerstvost poznáme podle lesklé slupky a mírného křupnutí při stisku.
Chřest je skvělá zelenina, kterou lze upravit na spoustu způsobů. Může být součástí salátů, těstovin, či výbornou přílohou k masu. Oblíbená je chřestová polévka nebo chřest zapečený s různými druhy sýrů. Chřest můžeme ale samozřejmě konzumovat také syrový.



Příprava chřestu



Chřest je třeba před kuchyňskou úpravou vždy pečlivě oloupat, aby nám tvrdá vlákna nezkazila následný požitek z jídla. Bílý chřest loupeme od hlavičky (asi 2 cm pod ní) ke konci výhonku. Fialový či zelený chřest loupeme jen v dolní třetině. Před vařením převážeme výhonky chřestu režnou nití, abychom je potom celé nezlomené mohli z vody vytáhnout. Chřest vkládáme do vařící vody, a to hlavičkami nahoru, voda by měla dosahovat pouze pod hlavičky. Bílý chřest vaříme asi 12 minut, zelenému a fialovému postačí jen 10 minut. Do vody můžeme přidat sůl, citrónovou šťávu, česnek nebo cukr, případně i jiné koření.

Zapékaný losos s chřestem

Potřebujeme

400 g filé z lososa, 400 g zeleného chřestu, koření na ryby, 300 g holandské omáčky a 40 g nastrouhaného sýru Gouda.

Příprava

Chřest oloupeme a nakrájíme na kousky 3 – 4 cm velké. Vhodíme jej do vařící osolené vody a povaříme asi 1 minutu, poté vodu slijeme. Připravíme si holandskou omáčku. Filé nakrájíme na proužky 2 – 3 cm silné a posypeme kořením. Do zapékací misky nalijeme trochu omáčky, na ni navrstvíme část chřestu a přelijeme druhou vrstvou omáčky. Na omáčku klademe proužky lososa, napříč přes chřest. Opět zalijeme omáčkou, na ni rozložíme zbytek chřestu a přelijeme zbývající omáčkou. Posypeme strouhaným sýrem a zapékáme v troubě rozehřáté na 160 °C 30 – 35 minut.

Holandská omáčka

Potřebujeme

3 žloutky, 220 g másla, 50 ml studené vody, 0,5 citrónu, mletý bílý pepř a sůl.

Příprava

Kastrůlek se silným dnem dáme do vodní lázně a rozšleháme v něm žloutky s vodou. Šleháme tak dlouho, až vznikne hustá pěna. Poté odstavíme z tepla a všleháme přepuštěné máslo. Omáčku ochutíme solí, mletým bílým pepřem a citrónovou šťávou.

Tip:
Při šlehání dbáme na to, aby se pěna nepřehřívala. Mohla by se srazit.

Losos s chřestem

Potřebujeme

600 g filé z lososa, 600 g zeleného chřestu, koření na ryby, olivový olej, 250 g holandské omáčky, 1 limetku (můžeme použít i citrón), 50 g smetany ke šlehání, čerstvý kopr a sůl.

Příprava

Filé posypeme po obou stranách kořením, opečeme na oleji a poté necháme odležet na teplém místě. Chřest oloupeme, dáme povařit na 8 minut do osolené vody a vyjmeme. Připravíme si holandskou omáčku, ochutíme ji nadrobno nasekaným koprem a limetkovou šťávou a nakonec do ní lehce vmícháme ušlehanou smetanu. Upečeného losos servírujeme společně s chřestem a vše přelijeme omáčkou.

Chřestový bramborový salát

Potřebujeme

800 g brambor, 250 g bílého chřestu, 250 g zeleného chřestu, 1 malou cibuli, 40 g másla, 200 g holandské omáčky, 1 lžíci ostré hořčice, 20 g petrželové natě, 120 g plátků anglické slaniny, mletý bílý pepř a sůl.

Příprava

Brambory omyjeme, uvaříme ve slupce, oloupeme a nakrájíme na plátky. Chřest očistíme a našikmo nakrájíme na kousky asi 3 cm velké, které dáme na 8 minut povařit do osolené vody. Cibuli nakrájíme nadrobno, mírně osmahneme na másle a vmícháme do holandské omáčky. Omáčku ochutíme solí, bílým pepřem a hořčicí, vmícháme pokrájenou petrželku. Brambory a chřest zalijeme omáčkou a lehce promícháme. Plátky slaniny nasucho opečeme a bramborový salát jimi při podávání ozdobíme.

Roštěnka s chřestem

Příprava

Z roštěné nakrájíme 4 řízky, na obvodu je několikrát nařízneme, naklepeme je, osolíme a opepříme. Na poloviční dávce másla plátky po obou stranách opečeme. Chřest prohřejeme, upravíme na nahřátou mísu a polijeme rozehřátým zbytkem másla. Vejce uvaříme natvrdo oloupeme, nakrájíme na půlky a poklademe vedle chřestu. Roštěnky poskládáme vedle vajec a polijeme šťávou z pánve, na které se smažily. Vše ozdobíme rajčetem a petrželkou.



Potřebujeme

500-600 g hovězí roštěné, 100 g másla, 250 g chřestu v konzervě, 1 rajče a plochou petrželku na ozdobu, 3 vejce, mletý černý pepř a sůl.



Restovaný chřest s vepřovými kousk



Potřebujeme

250 g bílého chřestu, 250 g zeleného chřestu, 50 g olivového oleje, 500 g vepřové panenky, 1 citron, 2 pomeranče, grilovací koření, 250 g holandské omáčky a sůl.

Chřest oloupeme, nakrájíme na špalíky a lehce orestujeme na oleji, osolíme a ochutíme citrónovou šťávou. Jeden pomeranč omyjeme a nakrájíme na osminky, druhý rozpůlíme a vymačkáme šťávu. Pomerančové dílky prohřejeme v pomerančové šťávě a vložíme do holandské omáčky. Maso omyjeme, osušíme, nakrájíme na kousky, posypeme grilovací kořením a doměkka opečeme na oleji. Vepřové kousky servírujeme s restovaným chřestem přelitým holandskou omáčkou.



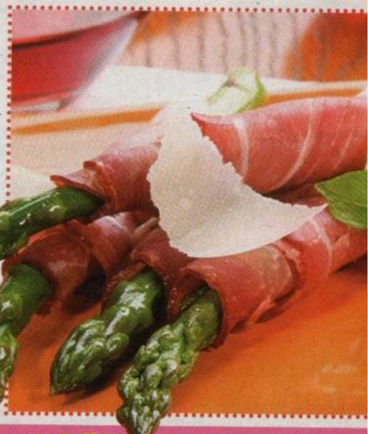
Zapečený chřest

Potřebujeme

500 g uvařeného bílého chřestu, 50 g másla, 125 g šunky a 150 g tvrdého sýra a sůl.



Chřestové výhonky očistíme a povaříme v osolené vodě. Poté každý samostatně obalíme plátkem šunky, vložíme do máslem vymaštěné nádoby a posypeme nastrouhaným sýrem. Krátce zapékáme v rozehřáté troubě do roztopení sýra. Chřest servírujeme ještě teplý a vhodně jej doplníme salátem z čerstvé zeleniny.



Vepřové plátky s chřestem a chilli omáčkou



Potřebujeme



600 g vepřové pečeně bez kosti, 80 g plátkové sušené šunky, 80 g sýru Gouda, grilovací koření, 40 g hladké mouky, olivový olej, sezamový olej, 400 g zeleného chřestu, chilli omáčku, čerstvé bylinky.

Příprava

Maso nakrájíme, lehce naklepeme, okořeníme grilovací kořením, obalíme v hladké mouce a opečeme z obou stran na olivovém oleji. Maso vyjmeme a uložíme do pekáčku, poklademe plátky sýra a šunky a krátce zapečeme v troubě rozehřáté na 180°C. Chřest oloupeme a dáme na 8 minut povařit do osolené vody, poté zchladíme a pokrájíme na kousky o velikosti asi 4 cm. Takto připravený chřest pár minut prohříváme na pánvi se sezamovým olejem a nakonec zalijeme chilli omáčkou a ochutíme posekanými bylinkami. Zapečené maso servírujeme s chřestem v chilli omáčce.

Koláč s chřestem a parmezánem





Potřebujeme

Těsto: ***200 g hladké mouky, 80 g másla, 2 žloutky, 80 g zakysané smetany a 5 g soli.***

Náplň: ***20 g strouhaného parmezánu, 60 g sušené šunky, 250 g bílého chřestu, 250 g zeleného chřestu, 200 ml smetany, 50 g strouhaného ementálu, mletý pepř a sůl.***



Změklé máslo a prosátou mouku smícháme, vmícháme žloutky, zakysanou smetanu a sůl. Vypracujeme těsto, které dáme nejméně na 2 hodiny do chladu odpočinout. Potom těsto rozválíme na plát asi 3 mm silný a rozložíme na plech vyložený pečícím papírem. Na těsto klademe plátky šunky, kterou posypeme asi třetinou parmazánu. Chřest očistíme a nakrájíme na kousky. Strouhaný ementál, zbytek parmazánu a nakrájený chřest promícháme se smetanou. Podle chuti osolíme a opepříme. Tuto směs rozprostřeme na šunku a parmezán. Pečeme v troubě vyhřáté na 180 °C 15- 20 minut. Koláč skvěle chutná ještě mírně teplý.



Celer



U nás snad nejstarší účinné afrodisiakum. Dlouho se nevědělo, co zvláštního vlastně kořen celeru obsahuje, že tak spolehlivě funguje. Dnes již víme, že to jsou spousty životně důležitých minerálů a vitamínů a také butylftalid – látka, která uvolňuje, uklidňuje a příznivě působí na krevní tlak. To ale zdaleka není všechno. Celer obsahuje také přírodní látky velmi podobné feromonům! Tedy sloučeninám, které u živočichů navozují sexuální vzrušení a vábí případného sexuálního partnera. A je po záhadě. Na tom ale zase tolik nezáleží, hlavní je, že to skutečně funguje. A kde ony rostlinné feromony v celeru najdeme? Úplně všude. Jsou v nati i v kořenu a dokonce celer v době květu vylučuje feromony i do svého okolí. Pokud se někdy zamilujete v blízkosti celerového záhonku, pak věřte, že v tom má prsty, nebo snad kořen, i někdo jiný než vy.

Francouzská celerová polévka

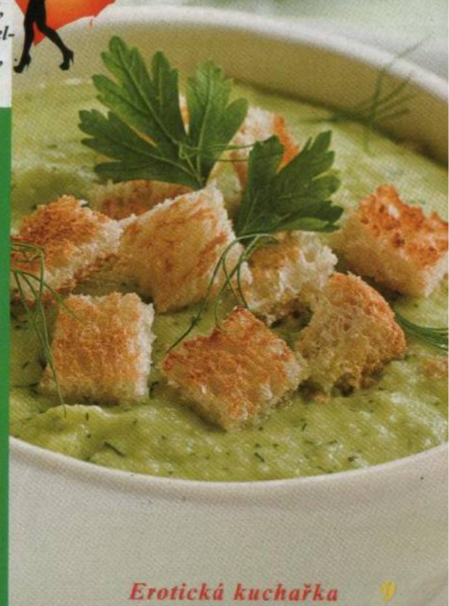
Potřebujeme

Polovinu středně velkého celeru, 40 g másla, 40 g hladké mouky, 1 větší brambor, vodu dle potřeby, 1 cibuli, 100 ml smetany nebo mléka, petrželku, hrstku celerové nati, 1 žloutek, mletý pepř a sůl.





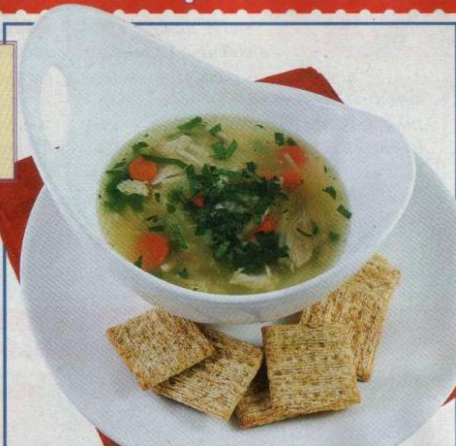
Celer omyjeme, oloupeme, nakrájíme na kostičky a podusíme na polovině másla. Přidáme oloupaný nakrájený brambor, celerovou nať, mírně zalijeme studenou vodou, osolíme a uvaříme doměkka. Po uvaření rozmixujeme. Cibuli oloupeme, nakrájíme nadrobno a osmahneme na zbytku másla. Přisypeme hladkou mouku, rozmícháme a zalijeme vývarem z celeru. Přidáme uvařený celer s bramborem, opepříme a osolíme podle chuti a povaříme. Nakonec vlijeme žloutek, který jsme rozšlehali ve smetaně, a posypeme petrželkou. Podáváme s pečivem. Nejlépe chutná s opékanou bagetou nebo opékaným chlebem.



Snadná celerová polévka

Potřebujeme

1 menší celer (500 g), 1 mrkev, 1 cibuli, 2 stroužky česneku, 1 l vody, tymián, petrželku, mletý pepř a sůl.



Příprava

Celer a mrkev očistíme, oloupeme a nakrájíme na kostičky. Cibuli oloupeme a nakrájíme nadrobno, česnek oloupeme. Vše společně vložíme do vařící vody a povaříme do změknutí. Poté rozmixujeme, osolíme, opepříme a dochutíme tymiánem. Na talíři zdobíme nasekanou zelenou petrželkou.

Krémová celerová polévka

Potřebujeme

Polovinu bulvy celeru (asi 500 g), 500 g brambor, 0,5 kostky zeleninového bujónu nebo masoxu, 3 kuličky nového koření, 3 kuličky celého pepře, 1 bobkový list, 100 ml smetany (sladké nebo zakysané), vodu dle potřeby, petrželku, mletý pepř a sůl.



Celer očistíme a oloupeme, brambory oloupeme a vše nakrájíme na větší kostky. Vložíme do vařící vody, přidáme koření, bujón, osolíme a uvaříme doměkka. Po dovaření necháme mírně zchladit, vyjmeme koření a polévku rozmixujeme. Vmícháme smetanu, osolíme a opepříme podle chuti, posypeme petrželkou a prohřejeme.

Celerová polévka s těstovinami

Potřebujeme

1 bulvu celeru (asi 400 g), 130 g mrkve, celerovou nať, 50 g cibule, 1,5 l vody, 5 kuliček nového koření, 2 bobkové listy, 0,5 lžičky mletého kmínu, 1 lžíci sojové omáčky, 1 lžíci panenského oleje (např. slunečnicového), 150 g drobných pohankových těstovin, mletý pepř a sůl.







Celerovou nať odkrojíme a dáme stranou, bulvu spolu s mrkví očistíme a nakrájíme (celer na kostky, mrkev podélně). Cibuli oloupeme a nakrájíme na větší kostičky. Z celerové natě otrháme lístky a odložíme stranou, stonky omotáme režnou nití, aby držely při sobě. Nakrájený celer, mrkev a cibuli vložíme do hrnce, zalijeme vodou, přidáme stonky celeru a koření, osolíme a vaříme asi 20 minut doměkka. Polévku necháme zchladnout a poté z ní vyjmeme stonky celeru, koření a mrkev. Zbytek rozmixujeme, mrkev pokrájíme a vrátíme do polévky. V osolené vodě uvaříme těstoviny a poté je do polévky přidáme. Dochutíme sojovou omáčkou a přidáme lžíci oleje. Již nevaříme. Hotovou polévku ozdobíme na talíři nadrobno nasekanými lístky celeru.

Celerová polévka se slaninou



Potřebujeme



Polovinu celerové bulvy, 2 větší brambory, 1 cibuli, 1 pórek, 2 lžíce olivového oleje, 6 plátků anglické slaniny, 100 ml šlehačky, 200 ml mléka, 1 l vody, muškátový oříšek, mletý pepř a sůl.

Příprava

Cibuli oloupeme, nakrájíme nadrobno a dozlatova osmažíme na oleji. Celer a brambory očistíme, oloupeme a nakrájíme na kostky. Pórek očistíme (použijeme pouze bílou část) a jemně nakrájíme. Osmaženou cibulku zalijeme vodou, vložíme připravenou zeleninu a strouhneme muškátový oříšek. Povaříme asi 30 minut, poté necháme zchladit, zeleninu vyndáme a rozmixujeme. Rozmixovanou zeleninu vrátíme do hrnce, vmícháme smetanu, osolíme a opepříme. Asi 2 dl polévky odlijeme do menšího hrnce, přidáme mléko, přivedeme k varu a poté ušleháme ručním mixérem na zpěněný krém. Slaninu nakrájíme na proužky a krátce osmahneme nasucho na pánvi. Ohřátou polévku zalijeme na talíři krémovou pěnou a posypeme proužky slaniny.

Šafrán



Lék a koření našich babiček, dalo by se bez nadsázky tvrdit. Ale jedním dechem bychom měli dodat, že nejen našich babiček, ale i daleko starších generací. Šafrán byl pro své léčivé a povzbuzující účinky ceněn více než zlato a drahé kamení. Bylo ho málo a byl výjimečný. Před mnoha staletími se vozil i Indie do Číny a dokázal bez dlouhého přemlouvání před obchodníkem otevřít i jinak neprostupnou čínskou zeď. Šafrán byl prostě dobrým obchodním artiklem. A je i dnes. Je oblíbený nejen pro svou chuť a schopnost dodat jídlu zajímavou barvu, ale i pro své léčivé účinky. Svět se mění každým okamžikem, ale šafrán, ten zůstane vždy tím starým, dobrým a vzácným kořením.



Potřebujeme

4 kusy rybího filé, 1 citron, 3 lžíce oleje, špetku šafránu, špetku mletého černého pepře, 1 lžíci másla, 1 žloutek, 250 ml smetany ke šlehání, mletý pepř a sůl.



Příprava

Mírně rozmražené filé pokapeme citrónovou šťávou, osolíme, opepříme a po obou stranách osmahneme na oleji. Maso vyjmeme a ke zbytku oleje opatrně vmícháme smetanu, máslo a žloutek tak, abychom získali jemnou omáčku. Filé vložíme zpět k omáčce, okořeníme špetkou šafránu a na slabém ohni chvíli prohřejeme. Již nevaříme.

Rýžový salát s krevetami a šafránem

Potřebujeme

150 g dlouhozrnné rýže, 250 g vařených krevet, špetku šafránu, nasekanou čerstvou bazalku, 1 lžičku citrónové šťávy, 2 jarní cibulky, petrželku na ozdobení, mletý pepř a sůl.



Rýži propláchneme, dáme uvařit do osolené vody, poté přebytek vody řádně slijeme. V míse promícháme olej, nasekanou bazalku, šafrán a ochutíme citrónovou šťávou, solí a pepřem. Do této zálivky přimícháme ještě teplou rýži a uvařené krevety. Necháme vychladnout. Cibulky očistíme, nakrájíme na kolečka a vmícháme do vychladlého rýžového salátu. Podle chuti můžeme přidat uzeninu nebo čerstvou zeleninu. Ozdobíme posekanou petrželkou.



Mořské plody na šafránu

s kuřecím masem



Potřebujeme

200 g mořských plodů, 150 g kuřecích prsou, 1 lžíci oleje, 1 cibuli, 2 stroužky česneku, 700 ml drůbežího vývaru, 1 hrneček dlouhozrnné rýže, špetku šafránu, 1 lžíci hrášku, 1 papriku, mletý pepř a sůl.



Cibuli oloupeme, nakrájíme nadrobno a osmažíme na oleji. Přidáme prolisovaný česnek a promícháme. Kuřecí maso opláchneme, osušíme, nakrájíme na kostičky a přidáme k cibuli. Zalijeme polovinou vývaru a 10 minut podusíme. Poté přidáme propláchnutou rýži, dolijeme zbytek vývaru, ochutíme šafránem, solí a pepřem a asi 15 minut povaříme. Po 5 minutách varu vložíme propláchnuté mořské plody a papriku pokrájenou na kostičky. Promícháme. 5 minut před koncem varu přisypeme hrášek a dovaříme.

Šafránové kuře

Potřebujeme

1 kuře, 3 lžíce olivového oleje, 500 ml bílého jogurtu, 5 mátových lístků, 1 lžičku šafránu, 1 lžičku drceného kmínu, 2 dl vývaru, mletý pepř a sůl.

Příprava

Kuře omyjeme, osušíme a rozdělíme na čtvrtky. Osolíme a opepříme. Mátové lístky jemně nasekáme. Olej a jogurt smícháme, přidáme šafrán, kmín a mátu. Do této marinády dáme porce kuřete a necháme uležet do druhého dne. Poté vložíme kuře a marinádu do pekáče, podlijeme vývarem a upečeme v troubě rozehřáté na 200 °C doměkka. Během pečení podléváme výpekem nebo dle potřeby ředíme vývarem. Po upečení maso vyjmeme, šťávu rozmixujeme dohladka a osolíme a opepříme. Podáváme s jasmínovou rýží.

Jasmínová rýže s kari a šafránem

Potřebujeme

1 větší hrnek jasmínové rýže (0,4 l), 1,5 – 2 větší hrnky vody, 1 lžičku kari koření, 1 lžíci olivového oleje, 100 g balkánského sýra, 100 g eidamu, šafrán, 2 – 3 lžíce smetany, mletý pepř a sůl.

Příprava

Rýži dobře propláchneme, vsypeme do hrnce, zalijeme vodou a přidáme lžíci oleje, lžičku soli a lžičku kari koření. Zakryjeme pokličkou a podusíme do změknutí. Oba sýry nahrubo nastrouháme a smícháme. K měkké rýži přidáme smetanu a promícháme, poté necháme zakryté pokličkou dojít. Nakonec vmícháme sýr, šafrán a dochutíme mletým pepřem či jiným kořením podle chuti.

Tip: *Pokud rýži vhodně doplníme zeleninovým salátem, může být chutným a zdravým hlavním chodem.*

Šafránové brambory

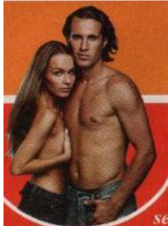
Potřebujeme

1 kg brambor, 1 lžičku mletého šafránu, vodu dle potřeby, olivový olej, naťovou cibulku a sůl.

Příprava

Brambory oloupeme, nakrájíme na čtvrtky a dáme do hrnce. Přidáme půl lžičky šafránu, osolíme a zalijeme vařící vodou (brambory by měly být ponořené asi do ¾). Vaříme 7 – 8 minut, potom vodu slijeme a brambory necháme pár minut dojít pod pokličkou. Olej smícháme se zbytkem šafránu, nalijeme na plech a necháme v horké troubě rozpálit. Na rozpálený olej rozložíme brambory, potřeme olejem a pečeme v troubě na 220 °C dokřupava. Po upečení posypeme nakrájenou naťovou cibulkou nebo pažitkou. Šafránové brambory skvěle chutnají s pečeným masem a čerstvou nebo dušenou zeleninou.

Krevety



Krevety dříve patřily (podobně jako např. kaviár) k výsadám těch nejbohatších. Dnes se však s nimi běžně setkáváme v obchodech za cenu srovnatelnou s dražšími mořskými rybami. Při přípravě krevet, podobně jako i jiných plodů moře, je nejlepší nechat vyniknout jejich přirozenou chuť. K ochucení nám tedy postačí sůl a pepř, případně olivový olej. Krevety patří mezi nejznámější přírodní afrodisiaka v přímořských oblastech. O jejich kvalitách věděly už nejstarší civilizace na naší planetě. Nelze se tedy divit, že byly vždy vyhledávanou a žádanou položkou na jídelníčku. Věřilo se, že pokud sní člověk jednu krevetu každé ráno, vydrží mu pevné zdraví a chuť do života do pozdního věku. A nebyla to víra založená jen na pověrách a bájích. Krevety si svou pověst právem zasloužily – i když… stálo je to život. Tedy, pokud se nechaly chytit.

Příprava krevet

Pokud zakoupíme krevety uvařené vcelku, měli bychom je před další úpravou vyloupat. Krevetu uchopíme těsně za hlavou a odlomíme ji. Krunýř rozevřeme, případně nařízneme, a maso z ocasní části vyloupeme. Zbytek krevety, tedy poslední článek, ponecháme neoloupaný, aby kreveta držela tvar. Připravené krevety můžeme marinovat ve směsi oleje, soli, pepře, chilli papriček, česneku nebo bylinek a poté krátce grilovat či zapéct. Můžeme je však pouze spařit a rovnou podávat. Nezapomeňme však krevety před podáváním zakápnout limetkou nebo citrónem.

Grilované krevety

Potřebujeme

500 g krevet, 2 stroužky česneku, 1 chilli papričku, 2 limetky, 80 g másla, 1 lžíci medu, 2 lžíce olivového oleje, mletý pepř a sůl.

Příprava

V kastrůlku rozpustíme máslo, přidáme olivový olej a med, ochutíme nadrobno nasekaným česnekem a chilli papričkou, opepříme a přimícháme nastrouhanou kůru a šťávu z poloviny limetky. Krevety opláchneme, osušíme a dáme krátce marinovat do připravené omáčky. Marinované kotlety rozložíme na plech, podle chuti osolíme a 7 – 10 minut grilujeme troubě rozehřáté na 190°C. Při podávání pokapeme limetkovou šťávou.

Krevetové kuličky

v rajčatové omáčce



Potřebujeme

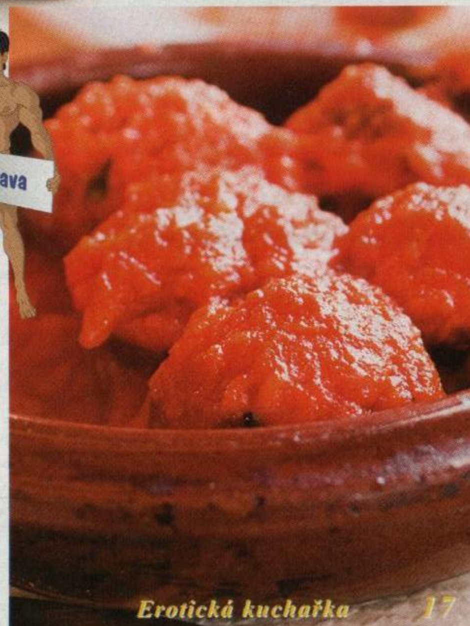
400 g vyloupaných krevet, 250 g toastového chleba, 3 lžíce bílého vína, 1 žloutek, nať koriandru, 2 chilli papričky, 2 dl vody, 70 g hladké mouky, 1 vejce, 200 g strouhanky, olej na smažení, mletý pepř a sůl.

N omáčku:

2 stroužky česneku, 1 žloutek, 1 dl panenského olivového oleje, 1 lžíci drcených rajčat (passata), ½ lžíce vinného octa, mletý bílý pepř a sůl.

Příprava

Toastový chléb nakrájíme na kostičky, pokapeme vínem a spolu s krevetami umeleme. Vmícháme žloutek, nasekané chilli papričky, pokrájenou nať koriandru, osolíme a opepříme. Z řádně promíchané směsi vytvoříme asi 20 kuliček. Z mouky, vajíčka a vody vymícháme hladké těstíčko, do kterého namáčíme krevetové kuličky, obalujeme je ve strouhance a smažíme dozlatova v rozpáleném oleji. Žloutek rozšleháme s olejem a utřeným česnekem, přidáme ocet podle chuti, osolíme, opepříme, vložíme drcená rajčata a vymícháme hustou omáčku. Krevetové kuličky rozdělíme na talíře a servírujeme s rajčatovou omáčkou.



Smažené krevety



Potřebujeme

20–24 neloupaných krevet, 4 lžíce oleje, 3 - 5 stroužků česneku, 125 g másla, 6 lžic rumu, 2 lžíce nasekané natě koriandru, plátky limetky na ozdobu, mletý pepř a sůl.

Příprava

Krevety omyjeme a vyloupeme. Česnek pokrájíme a krátce osmahneme na rozpáleném másle a oleji. Přidáme krevety, osmažíme a poté pokapeme rumem, osolíme a opepříme. Při servírování posypeme krevety koriandrovou natí a ozdobíme limetkou.



Krevetový salát s avokádem

Potřebujeme

1 balení mražených krevet, sterilované cibulky, 2 avokáda, 2 broskve, 1 majolku, 1 hlávkový salát a citrónovou šťávu.

Příprava

Krevety necháme rozmrazit. Avokádo oloupeme a nakrájíme na kostičky, broskve omyjeme a nakrájíme na plátky. V míse lehce promícháme avokádo, broskve a krevety, ochutíme citrónovou šťávou a přidáme několik drobných sterilovaných cibulek. Listy hlávkového salátu opereme, osušíme a poklademe porcemi krevetového salátu.

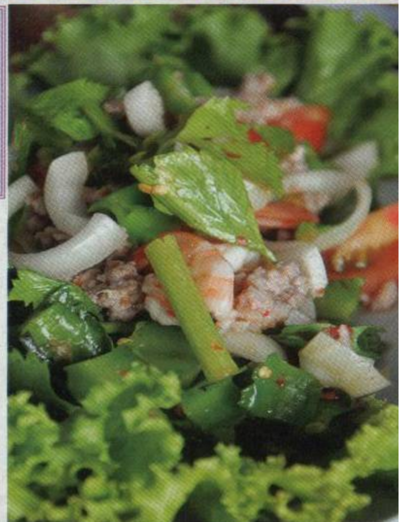
Krevetový salát se zeleninou

Potřebujeme

120 g krevet, 1 okurku, 150 g sterilovaného hrášku, 1 sterilovanou cibuli, 2 lžíce smetany ke šlehání, 4 lžíce majonézy, hlávkový salát, 2 natvrdo uvařená vejce, 2 lžíce petrželky, 2 rajčata, mletý pepř a sůl.

Příprava

Krevety omyjeme a uvaříme v osolené vodě. Můžeme také použít konzervované. Hrášek necháme okapat, okurku nakrájíme na kostičky, cibuli na větší kousky a vše smícháme s uvařenými krevetami. Ušlehanou smetanu promícháme s majonézou a vmícháme ke krevetám. Podle chuti osolíme a opepříme. Vejce nakrájíme na kostičky, rajčata opláchneme a nakrájíme na osminky. Krevetovou směs klademe na listy hlávkového salátu, posypeme vejcem a petrželkou a ozdobíme kousky rajčat.



Salát s chřestem a krevetami



Potřebujeme

400 g chřestu, 150 g krevet, 1 malý vařený brambor, 2 větší listy ledového salátu, 2 lžíce olivového oleje, 1 lžíce nasekané petrželové natě, citrónovou šťávu, mletý pepř a sůl.

Příprava

Chřest oloupeme, povaříme a nakrájíme na kousky. Brambor oloupeme a nakrájíme na plátky. V míse promícháme krevety s nakrájeným chřestem, vmícháme plátky bramboru, osolíme, opepříme a zakápneme olivovým olejem a citrónovou šťávou. Salát rozdělíme na poloviny a poté servírujeme na salátových listech. Nakonec posypeme nasekanou petrželkou.

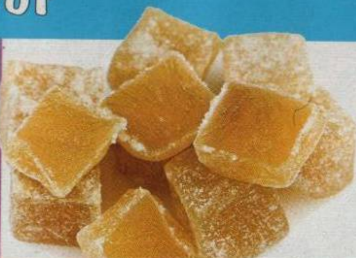
Zázvor



Zázvor, tedy zázvorovník lékařský, latinsky Zingiber officinale, známe v podobě mletého koření nebo kořenových oddenků. Jeho pravlastí je jižní Asie, pěstuje se zejména v Indii a Číně, kde je také součástí tamější kuchyně. V českých zemích se objevil již ve 13. století a byl prodáván jako koření v lékárnách či jako pamlsek naložený v cukru.
Zázvor má jemně kořeněnou chuť připomínající vůni citrónů s příměsí exotiky. Dovede dobře prokrvit a prohřát tělo. Můžeme jej používat při přípravě slaných či sladkých pokrmů, např. do pečených mas, gulášů, omáček, polévek, při přípravě zázvorového pečiva, moučníků nebo i limonád. Konzumujeme ho čerstvý, sušený, vařený nebo nakládaný. Vždy působí příznivě na naše zdraví.

Kromě svých léčivých účinků dokáže čerstvý zázvor také neutralizovat nepříjemné pachy, např. z rybího masa.

Při nakupování vybíráme vždy pevné a plné zázvorové oddenky, dužnina by při rozkrojení měla být nažloutlá a bez vláken.
Čerstvý zázvor uchováváme v lednici v uzavřené nádobě, vydrží až 10 dní.



Kandovaný zázvor

Potřebujeme

Čerstvý zázvor, pískový cukr (na 100 g zázvoru 100 g cukru), vodu podle potřeby a cukr na obalení.



Zázvor oloupeme, nakrájíme na kostičky (nebo plátky) a necháme asi 30 minut vařit na mírném plameni. Vodu slijeme a zázvor vložíme do hrnce, v kterém jsme rozmíchali cukr v malém množství vody. Vaříme za stálého míchání (25 – 30 minut), dokud nejsou kousky zázvoru tmavé a průsvitné. Nakonec zázvor obalujeme v cukru a sušíme, buď na vzduchu, nebo v troubě.

Zázvor s cukrem



Potřebujeme

Čerstvý zázvor a přírodní cukr podle potřeby.

Příprava

Zázvor oloupeme a nastrouháme. Přimícháme cukr (na 1 lžíci zázvoru 1 lžíce cukru). Řádně rozetřeme. Tuto směs jemně štiplavé chuti přidáváme do pokrmů.

Pečené banány se zázvorem



Potřebujeme

2 větší banány, 3 lžíce rozinek nebo oříšků (kešu, lískových apod.), 50 g másla, pomerančovou marmeládu, 1 dl pomerančového džusu, 1 dl zázvorového vývaru.

Tip: Pečené banány skvěle chutnají horké, servírované s vanilkovou zmrzlinou.



Příprava Banány oloupeme, položíme na plech a celý povrch banánů poklademe plátky másla. Aby se máslo rozpustilo, dáme banány na chvíli do trouby rozehřáté na 200 °C. Pak je vyndáme, dle chuti potřeme pomerančovou marmeládou a zakápneme pomerančovým džusem a silným zázvorovým vývarem. Banány vložíme zpět do trouby a zapékáme 15 - 20 minut. Během pečení je poléváme vzniklou sladkou šťávou. Před koncem pečení posypeme dezert spařenými rozinkami nebo praženými oříšky a dopečeme.

Zázvorová limonáda

Tip: Zázvorový vývar
Připravujeme jej podobně jako zázvorovou limonádu, dáme do něj však více zázvoru a méně vody. Působí nejen jako silné afrodisiakum, ale také čistí krev a účinně pomáhá při nachlazení.



Potřebujeme

1 l vody, čerstvý zázvor, skořice, hřebíček, med a citron podle chuti.



Do vařící vody dáme lžičku nastrouhaného zázvoru (může být i více), 3 hřebíčky a kousek skořice. Vaříme 5 minut, potom necháme mírně vychladnout. Koření vyndáme a ochutíme citrónem a medem.

Kuřecí prsa se zázvorem

Potřebujeme

2 kusy kuřecích prsou, kořen zázvoru, 0,5 lžičky kari, 0,5 lžičky pálivé papriky, 1 lžíci oleje, 2 lžíce strouhaného kokosu a sůl.



Příprava

Maso omyjeme, osušíme a nakrájíme na nudličky. Nastrouháme asi 1 – 2 cm kořene zázvoru, přidáme kari, papriku, olej a sůl. Necháme chvíli uležet, poté maso zprudka opečeme. Před dokončením přidáme k masu strouhaný kokos a promícháme. Servírujeme s libovolnou přílohou a čerstvou zeleninou.

Grilovaná kuřecí stehýnka na zázvoru



Potřebujeme

2 kuřecí stehna, čerstvý zázvor, 1 žloutek, 4 lžíce oleje, 2 lžičky kari, 1 lžičku medu, mletý pepř a sůl.

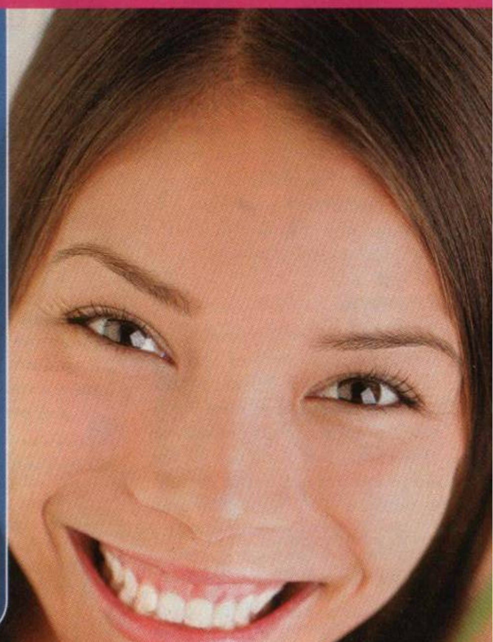
Příprava

Oloupaný a nastrouhaný zázvor smícháme se žloutkem a olejem, přidáme med, kari koření, mletý pepř a sůl. Vše řádně utřeme a touto směsí potíráme omytá a osušená kuřecí stehýnka, která poté necháme asi 3 hodiny v chladu marinovat. Takto připravené maso grilujeme. Podáváme s opékanými nebo vařenými brambory.

Granátová jablka



Granátové jablko je jako léčivka a afrodisiakum využíváno už po staletí. Příznivé účinky na organismus má však nejen plod granátového jablka, ale i listy a květy. Vědci v granátovém jablku objevili látky nazývané ellagitaniny. Jsou to přírodní sloučeniny zpomalující bujení zhoubných nádorových onemocnění prostaty a vaječníků. Pravidelná konzumace těchto látek navíc zvyšuje plodnost a také sexuální apetit. O nenahraditelnosti granátového jablka svědčí i fakt, že léčivé látky, které obsahuje, neumíme zatím uměle vyrobit. Můžeme je ale získat i z jiných potravin, například z některých druhů hroznového vína (nekvašeného), z jahod a malin.



Banány s granátovými jablíčky



Potřebujeme

3 banány, 2 chlazená granátová jablka, 1 lžíci hnědého cukru, 2 limetky.

Příprava

Dvě polévkové lžíce čerstvé limetkové šťávy smícháme se lžící cukru, podle chuti přidáme cukr nebo limetkovou šťávu. Granátová jablka rozkrojíme a vyloupeme zrníčka. Banány oloupeme a nakrájíme na kolečka. Na střed talířku servírujeme granátová zrníčka, obložíme je plátky banánů a polijeme připravenou šťávou.

Vepřová panenka s granátovým jablkem



Potřebujeme

1 kg vepřové panenky, 3 cibule, 2 dl bílého vína, 3 dl vývaru, 2 granátová jablka, 2 červené papriky, olivový olej podle potřeby, hladkou mouku podle potřeby, několik listů hlávkového salátu, mletý pepř a sůl.

Příprava

Cibuli oloupeme a pokrájíme na kolečka. Papriky podélně rozkrojíme a odstraníme semínka. Maso pokrájíme na porce, osolíme, opepříme a obalíme v hladké mouce. Na hlubší pánvi rozpálíme několik lžic oleje a maso ze všech stran zprudka osmahneme. Poté maso vyjmeme z oleje a do rozpáleného tuku nasypeme pokrájenou cibuli. Osmahneme ji dozlatova a přendáme z tuku do zapékací mísy. Zalijeme vývarem, přidáme víno, osolíme a okořeníme podle chuti. Zapékací mísu uzavřeme a vložíme do rozehřáté trouby. Dusíme asi 2 hodiny do změknutí masa. Během dušení podle potřeby podléváme vínem. Chvíli před dodušením vmícháme do omáčky jadérka z jednoho granátového jablka a přidáme plátky papriky. Podáváme na listech salátu, ozdobené dušenými plátky papriky a jadérky z druhého granátového jablka. Jako přílohu volíme vařené nebo opékané brambory.

Hlávkový salát s granátovými jablky a slaninou

1 granátové jablko, 1 hlávkový salát, 100 g anglické slaniny, 1 stroužek česneku, ocet podle potřeby a špetku soli.



Slaninu nakrájíme na kostičky a osmažíme. Salát natrháme na menší kousky, z granátového jablka vydlabeme zrníčka. V míse lehce promícháme kousky salátu, slaninu a zrníčka granátového jablka. Smícháme prolisovaný česnek, ocet a sůl a touto zálivkou salát před servírováním pokapeme.



Lanýže



Lanýže jsou známe již od starověku. Jedná se o vzácný druh houby, která roste pod zemí v listnatých lesích. Již od dob Sumerů jsou považovány za tu největší labužnickou specialitu. Řekové a Římané jim právem přisuzovali léčebnéa afrodiziakální účinky. Vzhledově nejsou lanýže sice vůbec lákavé, připomínají spíš brambor, hned po rozkrojení vás však osloví jejich mimořádná vůně. Existují tři druhy lanýžů. Nejkvalitnější je lanýž bílý a lanýž černý, méně kvalitní pak lanýž letní. Bílé lanýže mají výraznější a intenzivnější chuť než černé. Neměly by se tepelně zpracovávat, pouze strouhat, nejlépe těsně před podáváním. Černé lanýže je dobré tepelně upravit, aby vynikla jejich vůně.

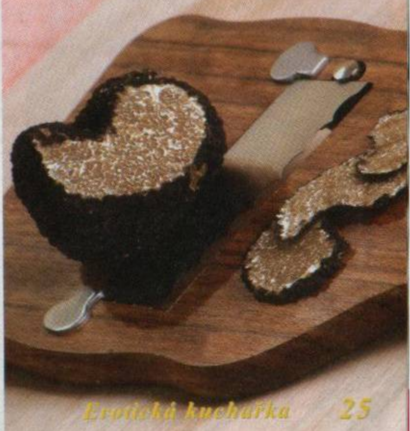
Kuřecí játra s černými lanýži

Potřebujeme

250 g kuřecích jater, 20 g černých lanýžů, 1 stroužek česneku, 1 malou cibuli, 2 lžičky celého zeleného pepře, 3 lžíce olivového oleje, 1 lžičku koňaku, šťávu z 0,5 citronu, 4 krajíce bílého chleba, mletý pepř a sůl.



Kuřecí játra opláchneme a nakrájíme na kousky. Lanýže očistíme a nadrobno pokrájíme. Česnek oloupeme, prolisujeme a rozetřeme s drceným zeleným pepřem. Cibuli oloupeme a nakrájíme na kolečka. Rozehřejeme olivový olej na kterém osmahneme kolečka cibule. Jakmile cibule zesklovatí, přidáme játra i lanýže a asi 5 minut za stálého míchání zlehka podusíme. Přidáme rozetřený česnek a společně ještě asi 2 minuty dusíme. Nakonec ochutíme citrónovou šťávou, zakápneme koňakem, osolíme a opepříme. Játrovou směs podáváme na krajíčcích dozlatova opečeného chleba.



Celerový salát s lanýži



Potřebujeme

1 střední bulvu celeru, 1 středně velký černý lanýž, 12 vlašských ořechů, 1 lžíci hořčice, 1 stroužek česneku, čerstvé bylinky, 4 lžíce extra panenského olivového oleje, mletý pepř a sůl.



Příprava

Celer očistíme, omyjeme a nakrájíme na plátky. Hořčici smícháme s olejem a najemno posekanými bylinkami, osolíme a opepříme. Česnek oloupeme, nakrájíme nadrobno, vmícháme k celeru a vše necháme chvíli odležet. Lanýže očistíme a nakrájíme na tenké plátky. Ořechy vyloupeme a pokrájíme na kousky. V míse smícháme lanýže a ořechy, přidáme plátky celeru a směs s olejem a bylinkami. Zlehka promícháme a podáváme.

Zelený chřest se špagetami a lanýži

Potřebujeme

500 g zeleného chřestu, 2 lžíce olivového oleje, 1 lžíci másla, 250 g špaget, 1 – 2 lžíce bílého vína, 1 plátek citrónu, 2 černé lanýže (sterilované), 50 g parmazánu, mletý bílý pepř a sůl.



Chřest oloupeme, ve spodní části svážeme nití a dáme na 8 – 10 minut povařit do osolené vody s plátkem citrónu. Po uvaření jej vyndáme, odstraníme nit a poté nakrájíme na dílky velké asi 4 cm. Lanýže nakrájíme na jemné plátky. Rozehřejeme si máslo a olej a plátky lanýžů spolu s chřestem za stálého míchání krátce osmahneme. Přidáme bílé víno, osolíme a opepříme. Špagety uvaříme v osolené vodě, ocedíme a poté rozdělíme na porce a přelijeme směsí lanýžů s chřestem. Povrch posypeme strouhaným parmazánem a hned podáváme.

Ženšen



Ženšen pravý je znám jako nejsilnější prostředek asijské medicíny k posílení organismu. Obsahuje směs desítek zcela mimořádných, velmi účinných látek, a tak předčí mnohé známé povzbuzující látky, jako např. káva, čaj, energetické nápoje nebo nikotin. Jeho účinek je dlouhodobý, i když nastupuje pomaleji. Na rozdíl od jiných povzbuzujících látek je však jednoznačně zdraví prospěšný, jak dokládají výsledky rozsáhlého výzkumu. Místy přirozeného výskytu ženšenu jsou oblasti na severovýchodě Číny, na jihu Dálného východu a také horské oblasti v Koreji. Právo vlastnit kořeny ženšenu měli zpočátku jen čínští císaři a nejvyšší šlechtici, ženšen byl používán jako dary zástupcům jiných zemí, jeho hodnota byla několikanásobně vyvažována zlatem. Podle tradiční čínské medicíny ženšen omlazuje, zvyšuje sexuální apetit a prodlužuje lidský život.



Silný odvar z ženšenu

Potřebujeme

1 l vody, 10 g krájeného kořene ženšenu červeného (sušeného) nebo ženšenu korejského a 3 g čerstvého kořene zázvoru.

Příprava

Ženšenový a zázvorový kořen společně asi hodinu povaříme (může být i déle). Vaříme tak dlouho, až se vypaří 2/3 vody. Odvar pijeme teplý.

Tip:

Tento odvar můžeme dle potřeby pít i třikrát denně. Můžeme jej připravit i v menším množství (např. 500 ml vody a 5 g kořene).
Podle korejské medicíny se do ženšenového odvaru přidává také 10-15 plodů kustovnice cizí (goji) a 3 – 5 plodů cicimku datlového (jujube).

Ženšenový čaj

Potřebujeme

3 – 5 dl vody, nakrájený kořen ženšenu pravého (nejlépe šestiletého) a 1 pytlík čaje dle chuti či obliby.

Příprava

Kořen ženšenu povaříme minimálně 10 minut ve vodě a poté nechat alespoň 20 minut (lépe až několik hodin) ve vodě vyluhovat. Podle chuti můžeme do vody po vaření přidat pytlík oblíbeného čaje.

Tip:

Ženšenový čaj je nejlepší připravit již večer, nechat vyluhovat přes noc a vypít během dopoledne. Běžnou denní dávkou ženšenu jsou 2 gramy, tedy 1 plátek zralého ženšenového kořene.

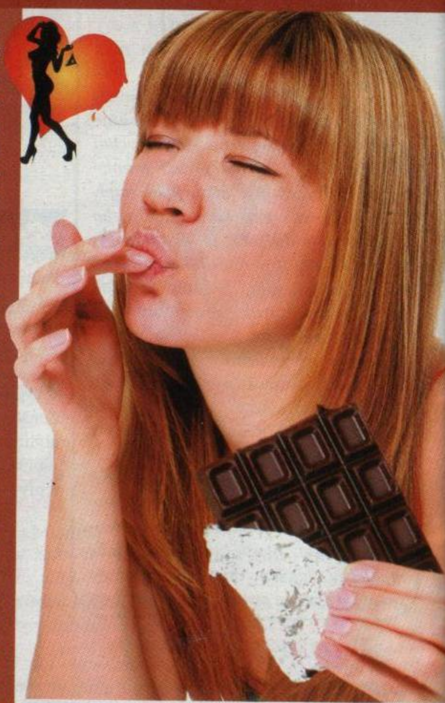


Čokoláda





Kakaové boby, které jsou výchozí surovinou pro výrobu kakaa a tím i čokolády, jsou unikátním zdrojem antioxidantů a látek výrazně omezujících vznik rakoviny a celé řady dalších onemocnění. Kakao obsahuje mimo jiné také spousty enzymatických látek, které příznivě působí na zažívání i proti tvorbě zubního kazu. Kupodivu na trhu není čokoládová zubní pasta – určitě by měla úspěch, a to nejen u dětí. Kakao je někdy nazýváno „potravinou štěstí“, anebo „stravou zamilovaných“. Čokoláda je vděčným a také častým dárkem partnerovi. Společná konzumace čokolády u partnerů vynesla této pochoutce také přezdívku „sbližovací droga“. Takových a podobných názvů má čokoláda ještě celou řadu, je totiž prokázáno, že její konzumace vyvolává pocity štěstí, uvolnění a dobrou náladu. Z těchto důvodů je čokoláda pokládána také za účinné afrodisiakum. Něco pravdy na tom všem bude. Čokoláda je současně považována, stejně jako jiné léčivé rostliny, za zdroj dlouhého mládí. Využívá se i v kosmetice a její příznivé účinky na naše zdraví jsou nepopiratelné.



Čokoládový nápoj

Potřebujeme

100 g hořké čokolády, 0,4 dl rumu, 2 dl mléka, 1 lžičku skořice a 0,4 dl pomerančového džusu.



V teplém mléce rozpustíme čtverečky čokolády (mléko nesmí vařit). Přidáme rum, pomerančový džus a skořici, promícháme, nalijeme do sklenic a podáváme. Podle chuti můžeme také ozdobit šlehačkou, zmrzlinou a čokoládovou polevou.

Banány polité čokoládou



Potřebujeme

50 g hořké (mléčné) čokolády, 20 g ztuženého tuku, 2 banány, 1 lžičku moučkového cukru, šlehačku a skořicový cukr na posypání.

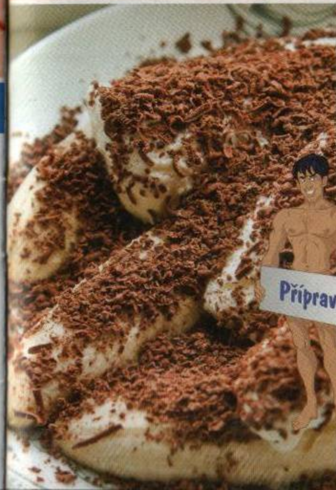
Příprava

Kousky čokolády, cukr a tuk rozpustíme ve vodní lázni a vymícháme dohladka. Banány oloupeme a mírně zchlazenou čokoládou je po celé délce poléváme. Čokoládové banány uložíme do chladu a po ztuhnutí ozdobíme šlehačkou a posypeme skořicovým cukrem. Můžeme je také posypat strouhanými oříšky, ozdobit pudinkovým krémem nebo čerstvým ovocem.

Tip:
Banány můžeme před poléváním položit na kovovou mřížku nebo obdélníkové síto, které jsme dali na rovný talíř. Polevu, která proteče, můžeme opět použít.



Flambované banány s čokoládou a ovocem



Potřebujeme

2 banány, 2 lžičky nastrouhané čokolády, 3 ml ovocného likéru, 1 lžičku krystalového cukru a 1 lžíci oleje.

Na ozdobu:

2 lžíce čokoládových hoblinek, 1/2 lžičky moučkového cukru, 10 ml smetany ke šlehání a 100 g hroznového vína.



Na pánvi na rozehřátém oleji necháme zkaramelizovat cukr, poté vložíme oloupané banány a ze všech stran je opečeme. Likér ohřejeme, banány jím přelijeme a hned zapálíme. Po dohoření vysokých plamenů pánev odstavíme a banány posypeme nastrouhanou čokoládou. Zchladlé banány klademe na talíře a ozdobíme šlehačkou ušlehanou s cukrem. Hotové posypeme hoblinkami čokolády. Flambované banány servírujeme ozdobené kuličkami hroznového vína.

Mražená čokoláda

Potřebujeme

100 g hořké čokolády, 100 g bílé čokolády, 150 g oříškové nugety a 40 g strouhané bílé čokolády na ozdobu.

Příprava

Formu na ledové kostky necháme vychladit v mrazáku. Hořkou čokoládu nalámeme, pozvolna rozpustíme ve vodní lázni a formu na led touto čokoládou potřeme. Potom opět necháme v chladničce vychladit, aby čokoláda ztuhla. Po ztuhnutí čokolády naplníme mírně rozehřátou nugetou, přelijeme mléčnou čokoládou, kterou jsme rozpustili ve vodní lázni, hořkou čokoládou a tupým nožem nebo vidličkou zlehka obě čokolády promícháme. Po ztuhnutí v chladničce opatrně vyklopíme a ozdobíme strouhanou bílou čokoládou.

Studentská směs

Potřebujeme

200 g čokolády na vaření, 70 g vlašských ořechů, 50 g kešu oříšků, 70 g lískových oříšků, 70 g loupaných mandlí, 130 g hrozinek, 150 g kandované pomerančové kůry, 80 g kandovaného ovoce, 100 g sušených švestek bez pecek, 50 g fíků a 0,5 dl kondenzovaného mléka.

Příprava

Všechny uvedené ingredience kromě čokolády a mléka nakrájíme na malé kousky, promícháme a zahřejeme ve vodní lázni na 50 - 60°C. Přidáme čokoládu a za stálého míchání rozpustíme. Nakonec vmícháme do směsi kondenzované mléko. Ze směsi vytvoříme na plech na pečení nebo na tác hrudky 3 - 5 cm veliké, které necháme v chladu ztuhnout. Můžeme také plnit do vykrajovacích formiček položených na plechu na pečení a po ztuhnutí studentskou pochoutku vyloupneme. Hotové cukroví můžeme také ozdobit čokoládovou polevou a nasekanými mandlemi nebo oříšky.

Valentýnská čokoláda

Potřebujeme

2 dl smetany, 150 g čokolády na vaření, 1 sáček ztužovače šlehačky, 100 g marcipánu a cukr podle chuti.

Příprava

Čokoládu rozpustíme ve vodní lázni, vlijeme ji do vychlazených formiček na led a necháme vychladit. Takto vyrobené čokoládové skořápky opatrně vyklepneme a po dvou spojíme smetanou ušlehanou s cukrem a ztužovačem šlehačky. Marcipán rozválíme na tenký plát a vykrajovací formičkou z plátu vykrojíme srdíčka, které nalepíme na čokoládové kuličky. Marcipán můžeme také obarvit potravinářským barvivem.

Čokoláda s ovocem

Potřebujeme

2 dl sušeného ovoce (meruňky, jablka apod.) 0,2 dl rumu, 2 dl šlehačky, 250 g hořké čokolády, 100 g másla a 50 g kandovaného ovoce.

Příprava

Sušené ovoce jemně nakrájíme a naložíme den předem do rumu. Šlehačku přivedeme k varu, stáhneme plamen a za stálého míchání v ní rozpustíme čokoládu a máslo. Po mírném vychladnutí vyšleháme tuto směs na krém a vmícháme naložené ovoce i s rumem. Naservírujeme do pohárků, ozdobíme kousky kandovaného ovoce a necháme vychladit.

Erotická kuchařka

Vydává nakladatelství a vydavatelství O.R.A.Z., vydavatel Jan Tatarka, autor projektu a odpovědný redaktor: Pavel Kujal, Grafická úprava a zlom: Pavel Štěpánek, Radim Zatloukal. Foto RFSPhoto.
*Tisk: **Česká Unigrafie a.s. Praha** Rozšiřuje PNS A.s., Adresa redakce: O.R.A.Z. P.O.BOX 1, Prostějov 3, 796 03.*
Do SR dováží O.R.A.Z. SLOVAKIA s.r.o. V SR distribuje Mediaprint-Kapa s.r.o. Vajnorská 137, Bratislava 831 04